СЕМЬ ПОВАРЯТ

ДЕСЕРТЫ ИЗ ФРУКТОВ И ЯГОД



АРКАИМ

ДЕСЕРТЫ ИЗ ФРУКТОВ И ЯГОД

СОДЕРЖАНИЕ





125 килокалорий

130–180 килокалорий

185–250 килокалорий

ГРАН-ДЕСЕРТ

на 2 порции

- ананас 1 шт.
- апельсин 1 шт.
- киви 1 шт.
- абрикосы 2 шт.
- черешня 12 шт.
- листики мелиссы

■ Ананас разрежьте пополам, извлеките мякоть и нарежьте ее дольками. Черешню промойте. Абрикосы нарежьте дольками. Киви очистите, нарежьте дольками или ломтиками. Апельсин очистите и разделите на дольки.

■ Подготовленные фрукты и ягоды разложите на половинке ананаса. Оформите десерт листиками мелиссы.

■ Предложенные фрукты и ягоды можно заменить другими, в зависимости от сезона и вашего вкуса. Можно дополнительно подать кусочки торта, шербет или мороженое.





• Время приготовления 20 минут •

на 4 порции

- смородина черная 100 г
- клубника 200 г
- клюква 150 г
- виноград 100 г
- сахар 3 ст. ложки
- сок лимонный 4 ст. ложки
- сметана густая 4 ст. ложки
- сахарная пудра 1 ст. ложка

■ Ягоды промойте, обсушите, отделите от веточек и плодоножек.

■ Подготовленные ягоды перемешайте, посыпьте сахаром, полейте лимонным соком и дайте настояться в течение 15 минут.

■ Охлажденную сметану взбейте в пышную массу. Добавьте сахарную пудру и взбивайте еще несколько минут.

■ Перед подачей разложите ягоды в креманки, оформите взбитой сметаной.

• Время приготовления 20 минут •

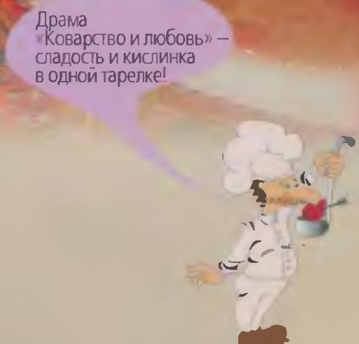




САЛАТ ИЗ ЯГОД

САЛАТ ИЗ КЛУБНИКИ С ЛИМОНОМ





на 4 порции

- клубника 500 г
- лимон 1 шт.
- сахар 2 ст. ложки
- уксус малиновый 1 ст. ложка
- мята рубленая 2 ст. ложки

■ Клубнику промойте, удалите плодоножки. Разрежьте каждую ягоду на 4 части и уложите в салатник.

■ Очищенный лимон разделите на дольки и добавьте к клубнике.

■ Сахар соедините с уксусом. Полейте салат приготовленной смесью и поставьте на 10 минут в прохладное место.

■ Перед подачей посыпьте мятой.

• Время приготовления 20 минут •

на 4 порции

- бананы 6 шт.
- шоколад 30 г
- сахарная пудра 50 г
- орехи грецкие рубленые 2 ст. ложки
- сливки взбитые 200 г

■ Смешайте сахарную пудру с тертым шоколадом и орехами.

■ Бананы очистите, нарежьте кружочками и обваляйте в приготовленной смеси.

■ Уложите бананы на блюдо и оформите взбитыми сливками.





БАНАНОВЫЙ САЛАТ

• Время приготовления 10 минут •

САЛАТ ИЗ СУХОФРУКТОВ





на 4 порции

- чернослив 100 г
- изюм 100 г
- курага 100 г
- финики 100 г
- орехи грецкие ½ стакана
- сметана густая ¾ стакана
- сахар 2 ст. ложки

■ Сухофрукты промойте и по отдельности залейте холодной кипяченой водой.

■ Набухшие сухофрукты обсушите. Чернослив и финики, удалив косточки, нарежьте ломтиками.

■ Орехи измельчите и обжарьте.

■ Уложите сухофрукты слоями в салатник, пересыпая каждый слой орехами, и залейте сметаной, взбитой с сахаром.

• Время приготовления 10 минут плюс замачивание •

на 4 порции

- груши крупные 4 шт.
- сок лимонный 3 ст. ложки
- ликер грушевый 2 ст. ложки
- сыр сливочный 100 г
- сливки 3 ст. ложки
- брусника протертая 2 ст. ложки
- виноград черный 150 г
- орехи грецкие 25 г

■ Груши очистите и нарежьте ломтиками.

■ Лимонный сок смешайте с ликером.

■ Ломтики груш уложите на блюдо, сбрызните смесью сока с ликером и дайте настояться.

■ Для крема сыр разомните вилкой и разотрите со сливками и брусникой в однородную массу.

■ Выложите крем на груши. Оформите салат виноградом и орехами.



ГРУШЕВЫЙ САЛАТ С КРЕМОМ



• Время приготовления 25 минут •

СЛИВОВЫЙ САЛАТ

на 6 порций

- сливы 1 кг
- лимон 1 шт.
- сахар ½ стакана
- ликер 2 ст. ложки
- желтки яичные 5 шт.
- белки яичные 2 шт.

■ К сливам, удалив из них косточки, добавьте 4 столовые ложки сахара, ликер и отжатый из лимона сок. Накройте сливы крышкой и поставьте в холодильник.

■ Белки и желтки взбейте с оставшимся сахаром в крепкую пену.

■ Подготовленные сливы уложите в салатник и оформите яичной пеной.

• Время приготовления 30 минут •







ГРЕЙПФРУТЫ И АПЕЛЬСИНЫ В СИРОПЕ



на 4 порции

- грейпфруты 2 шт.
- апельсины 2 шт.
- сироп гранатовый 1 ст. ложка
- лайм ½ шт.

■ С лайма срежьте цедру, опустите ее в кипящую воду и бланшируйте 1 минуту, затем нарежьте соломкой.

■ Апельсины и грейпфруты очистите, разделите на дольки и разложите их, чередуя, на блюде.

■ Сироп соедините с отжатым из лайма соком.

■ Дольки цитрусовых полейте приготовленной смесью и оформите цедрой лайма.

• Время приготовления 15 минут •

на 4 порции

- манго 2 шт.
- лаймы 2 шт.
- сахар 3 ст. ложки
- сироп гранатовый 1 ст. ложка

Вкус манго – это сочетание персика и ананаса Божественно!

■ Лаймы промойте, острым ножом снимите цедру и нарежьте ее соломкой. Из мякоти лаймов выжмите сок.

■ Цедру опустите в кипящую воду и бланшируйте 1 минуту. Воду слейте. Добавьте к цедре сахар, сок и сироп. Полученную массу доведите до кипения и варите на слабом огне 5 минут. Охладите.

■ Манго очистите, разрежьте пополам, удалите косточку, мякоть нарежьте дольками.

■ Перед подачей выложите на дольки манго цедру вместе с сиропом.



МАНГО С ЗАСАХАРЕННОЙ ЦЕДРОЙ

• Время приготовления 20 минут •



Экспресс-десерт! Вопреки своим принципам советую заменить молоко сливочным йогуртом

АБРИКОСЫ С МОЛОКОМ

на 4 порции

- абрикосы спелые 400 г
- молоко ½ л
- мед 40 г
- орехи грецкие рубленые 100 г

■ Абрикосы промойте и, удалив косточки, нарежьте тонкими ломтиками.

■ Залейте абрикосы охлажденным кипяченым молоком, смешанным с медом, посыпьте орехами и сразу подавайте.

• Время приготовления 10 минут •

АПЕЛЬСИНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

на 6 порций

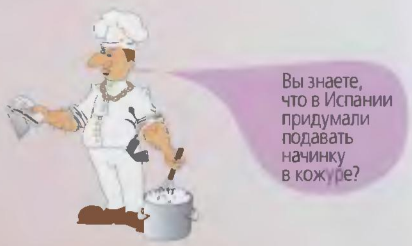
- апельсины 6 шт.
- яблоки 2 шт.
- морковь 2 шт.
- изюм 6 ст. ложек
- орехи рубленые 6 ст. ложек
- соль 1 щепотка
- сметана 1 стакан
- йогурт 1 стакан

■ Срежьте верхушки апельсинов, извлеките мякоть и мелко нарежьте ее.

■ Яблоки нарежьте соломкой, морковь натрите на терке.

■ Соедините мякоть апельсинов с яблоками, морковью, изюмом, заправьте смесью сметаны с йогуртом и солью.

■ Наполните апельсины полученной смесью, оформите орехами.





• Время приготовления 30 минут •

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ

на 4 порции

- груши сочные 4 шт.
- сок 2 лимонов
- творожная масса сладкая 125 г
- мед 20 г
- листья зеленого салата

■ Груши разрежьте пополам и, удалив часть мякоти, сбрызните лимонным соком.

■ Наполните половинки груш творогом, смешанным с измельченной мякотью груш и медом.

■ Подавайте на листьях зеленого салата, оформив лимонной цедрой.





• Время приготовления 15 минут •





КРЕМ ИЗ СМЕТАНЫ С БАНАНАМИ

на 4 порции

- сметана густая 400 г
- бананы 320 г
- сахарная пудра 80 г
- желатин 16 г
- ванилин по вкусу

■ Желатин замочите в холодной кипяченой воде. Когда крупинки желатина набухнут, слейте лишнюю воду и распустите его на водяной бане. Охладите.

■ Сметану взбейте в пышную массу. Добавьте сахарную пудру, ванилин, распущенный желатин, очищенные и нарезанные бананы, осторожно перемешайте. Полученную массу выложите в форму и поставьте на холод.

■ Перед подачей опустите форму на несколько секунд в горячую воду, выложите крем на блюдо и оформите кусочками бананов. Можно полить крем ягодным сиропом.

• Время приготовления 20 минут плюс охлаждение •

ЖЕЛЕ КЛУБНИЧНОЕ

на 2 порции

- клубника 200 г
- сахар 2 ст. ложки
- желатин 10 г
- вода 2 стакана

■ Желатин залейте 6–8-кратным количеством охлажденной кипяченой воды и оставьте до набухания крупинок.

■ Из клубники отожмите сок.

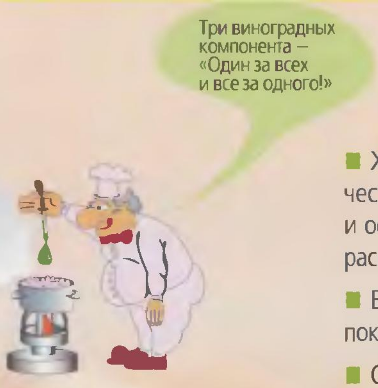
■ Воду вскипятите с клубничной мезгой. Отвар процедите, добавьте сахар и нагревайте, помешивая, до его растворения. Полученный сироп слегка охладите, добавьте распущенный желатин и доведите до кипения. Влейте клубничный сок, перемешайте. Разлейте желе в формы и охладите.

■ Перед подачей опустите формы на несколько секунд в горячую воду и выложите желе на тарелки.



• Время приготовления 30 минут плюс охлаждение •

ЖЕЛЕ ВИНОГРАДНОЕ



на 2 порции

- виноград 200 г
- сок виноградный 1 стакан
- вино белое 3 ст. ложки
- сахар 2 ст. ложки
- желатин 10 г
- цедра лимонная тертая 1 ч. ложка

■ Желатин залейте 6–8-кратным количеством охлажденной кипяченой воды и оставьте до набухания крупинок, затем распустите на водяной бане.

■ В вино добавьте сахар и прогревайте, пока сахар не растворится.

■ Сок вскипятите с цедрой, добавьте распущенный желатин, вино с сахаром и доведите до кипения.

■ Промытые ягоды винограда разрежьте пополам, разложите в формочки и залейте желе. Охладите.

■ Подавайте желе с печеньем.



• Время приготовления 30 минут плюс охлаждение •

ЖЕЛЕ МНОГОСЛОЙНОЕ

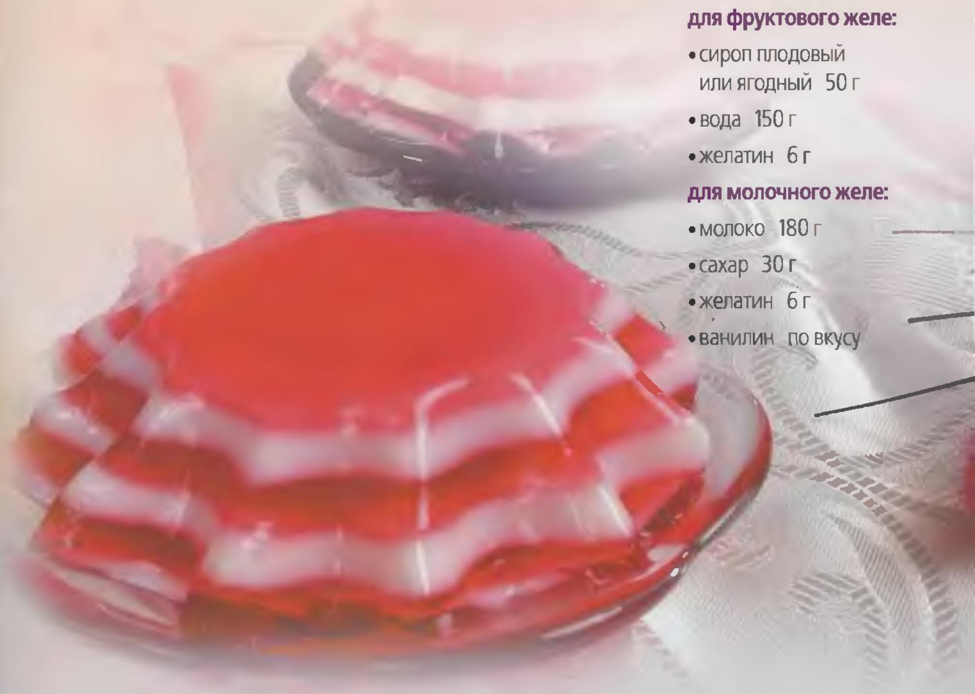
на 2 порции

для фруктового желе:

- сироп плодовый или ягодный 50 г
- вода 150 г
- желатин 6 г

для молочного желе:

- молоко 180 г
- сахар 30 г
- желатин 6 г
- ванилин по вкусу



■ Желатин для фруктового и молочного желе залейте по отдельности холодной кипяченой водой и дайте набухнуть.

■ Для фруктового желе сироп соедините с водой, введите набухший желатин и доведите до кипения. Охладите.

■ Для молочного желе молоко с сахаром прогрейте, помешивая, до растворения сахара, затем охладите до 40 °С. Добавьте желатин и несколько капель разведенного в горячей воде ванилина, перемешайте и доведите до кипения, но не кипятите. Охладите.

■ В формы налейте тонкий слой фруктового желе, охладите его до застудневания, затем налейте слой молочного желе и также охладите. Наливайте, чередуя, оставшееся желе, давая каждому слою застыть.

■ Перед подачей опустите формы на несколько секунд в горячую воду и выложите желе на десертные тарелки.

■ Многослойное желе можно готовить и без молока, используя сиропы разных цветов.

• Время приготовления 40 минут плюс охлаждение •

на 2 порции

- апельсины 190 г
- сахар 70 г
- желатин 12 г
- вода 300 г



МУСС АПЕЛЬСИНОВЫЙ

- Желатин замочите в холодной кипяченой воде до набухания.
- Апельсины промойте, затем, сняв острым ножом цедру, разрежьте пополам и отожмите сок.
- Цедру нарежьте, залейте горячей водой и варите 5 минут. Отвар процедите, охладите до 40 °С, добавьте сахар, набухший желатин и, помешивая, доведите до кипения. Влейте отжатый из апельсинов сок, перемешайте и охладите до начала застудневания.
- Охлажденную массу взбейте миксером в устойчивую пену. Если мусс плохо взбивается, его нужно дополнительно охладить.
- Разложите мусс в формы и охладите до полного застудневания.
- Перед подачей опустите формы на несколько секунд в горячую воду и выложите мусс в вазочки или на десертные тарелки. Можно полить плодовым сиропом.

САМБУК ФРУКТОВЫЙ

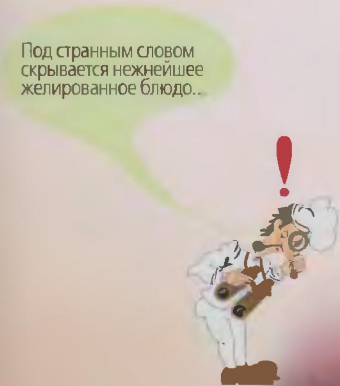
на 6 порций

- яблоки, абрикосы или сливы 600 г
- сахар 150 г
- белки яичные 6 шт.
- желатин 12 г

для соуса:

- ягоды 60 г
- сахар 60 г
- вино белое сухое 30 г
- вода 120 г

- Желатин замочите в холодной кипяченой воде до набухания, затем распустите на водяной бане. Охладите.
- Фрукты промойте, нарежьте и припустите в небольшом количестве воды. Протрите через сито, соедините с сахаром, белками и взбивайте на холоде до увеличения объема в 2–3 раза. Влейте желатин и взбивайте еще несколько секунд. Полученную массу разложите в формы и охладите.
- Для соуса ягоды протрите через сито. Полученное пюре разведите водой и, добавив сахар, доведите до кипения. Охладите, влейте вино.
- При подаче выложите самбук из формы, опустив ее на несколько секунд в горячую воду, и полейте ягодным соусом.





на 8 порций

- клубника или малина 750 г
- смородина красная или вишня 500 г
- молоко цельное 750 г
- сахар 300 г
- орехи грецкие рубленые 80 г

■ Ягоды промойте и протрите через сито.

■ Молоко вскипятите с сахаром, снимите с огня и, непрерывно помешивая, охладите. Процедите молоко через сито, смешайте с протертыми ягодами, влейте в мороженицу и заморозьте.

■ При подаче выложите мороженое в вазочки и посыпьте орехами.



ЯГОДНОЕ МОРОЖЕНОЕ

• Время приготовления 20 минут плюс замораживание •

■ Яблоко, очищенные киви и апельсин нарежьте ломтиками.

■ Шоколад растопите на водяной бане.

■ В вазочки положите слой мороженого, полейте его частью шоколада, затем разложите ломтики яблока, снова слой мороженого, часть шоколада, киви. Положите оставшееся мороженое, полейте частью шоколада и покройте ломтиками апельсина. Сверху отсадите взбитые сливки.

■ Оформите десерт шоколадом и подавайте.

на 2 порции

- мороженое 300 г
- яблоко красное 1 шт.
- киви 1 шт.
- апельсин 1 шт.
- шоколад темный 50 г
- сливки взбитые 40 г



ДЕСЕРТ «РОМАНТИКА»

• Время приготовления 15 минут •

на 4 порции

- персики свежие или консервированные 4 шт.
- мороженое ванильное нежирное 500 г
- бисквит готовый 8 ломтиков

для абрикосового соуса:

- курага 250 г
- сахар по вкусу





ПЕРСИК «МЕЛЬБА»

■ Для соуса курагу замочите в небольшом количестве воды до набухания, затем сварите в этой же воде и протрите. Смешайте пюре с отваром, добавьте сахар и доведите до кипения. Охладите.

■ Свежие персики ошпарьте и, сняв кожицу, разрежьте пополам. Удалите косточки.

■ На ломтики бисквита разложите мороженое, на него – половинки персиков, полейте абрикосовым соусом.

• Время приготовления 30 минут плюс замачивание •

КРОКЕТЫ ФРУКТОВЫЕ

на 2 порции

- дыня 60 г
- груша 40 г
- ананас консервированный 120 г
- сахар 60 г
- коньяк 10 г
- мука 10 г
- крахмал картофельный 10 г
- молоко 60 г
- масло сливочное 50 г
- желток яичный 1 шт.
- орехи очищенные 40 г
- ванилин по вкусу

■ Фрукты нарежьте мелкими кубиками, посыпьте частью сахара, сбрызните коньяком, накройте и выдержите на холоде 8–10 часов.

■ Муку смешайте с крахмалом и разведите частью холодного молока. Полученную смесь влейте в кипящее оставшееся молоко, прогрейте до загустения, добавьте ванилин и охладите.

■ Масло разотрите с оставшимся сахаром и желтком, затем, постепенно добавляя молочную массу, взбейте в пышную пену.

■ Фрукты соедините со взбитой массой и охладите. Из охлажденной смеси сформуйте шарики, обваляйте их в толченых орехах и уложите на блюдо.



• Время приготовления 30 минут плюс охлаждение •

ТАРТИНКИ С АБРИКОСАМИ





на 4 порции

- хлеб 4 ломтика
- абрикосы 2 шт.
- масло сливочное 30 г
- сахар 20 г

■ Каждый ломтик хлеба намажьте тонким слоем масла, сверху разложите по половинке абрикоса разрезом вверх. В углубления абрикосов поместите по маленькому кусочку масла и щепотке сахара.

■ Уложите тартинки на смазанный маслом противень и запекайте в хорошо нагретой духовке до тех пор, пока хлеб не подрумянится, а абрикосы не выделят сок.

■ Вместо абрикосов можно использовать сливы.

• Время приготовления 15 минут •

ГРУШИ С ОРЕХОВОЙ НАЧИНКОЙ

на 6 порций

- груши консервированные 12 половинок

для начинки:

- хлопья миндаля или орехи грецкие рубленые 40 г
- сахар 50 г
- масло сливочное 50 г
- мука 1 ст. ложка
- молоко 1 ст. ложка

■ Для начинки растопите масло, добавьте орехи, сахар, муку, молоко и доведите до кипения, постоянно помешивая.

■ Половинки груш обсушите и уложите на жаропрочное блюдо, сверху выложите ореховую начинку. Запекайте при 220 °С около 10 минут до золотистого цвета.

■ Подавайте с мороженым.





• Время приготовления 35 минут •

ПЕРСИКИ С ТОФФИ ИЗ МИНДАЛЯ



на 4—6 порций

- персики консервированные 800 г

для тоффи:

- хлопья миндальные или миндаль измельченный 35 г
- масло сливочное 50 г
- сахарная пудра 43 г
- мука 1 ст. ложка

■ Половинки персиков обсушите и уложите на смазанное сливочным маслом жаропрочное блюдо разрезом вниз.

■ Для тоффи растопите масло, добавьте миндаль, сахарную пудру, муку, перемешайте и прогрейте до загустения.

■ Залейте персики тоффи и запекайте при 220 °С около 15 минут, пока поверхность не приобретет насыщенный цвет. Немного охладите.

■ Подавайте со взбитыми сливками или ванильным мороженым.





• Время приготовления 30 минут •

БАНАНЫ С МЕРЕНГАМИ



на 6 порций

- бананы 3 шт.
- белок яичный 1 шт.
- сахарная пудра или сахар мелкий 50 г
- мед 2 ч. ложки
- орехи грецкие рубленые ½ стакана

■ Бананы очистите, разрежьте вдоль пополам, смажьте медом и посыпьте орехами.

■ Белок взбейте в устойчивую пену, постепенно добавляя сахарную пудру.

■ Уложите взбитый белок на бананы и запекайте при 200 °С до образования золотистой корочки.

• Время приготовления 15 минут •

ЗАПЕЧЕННЫЕ АНАНАСЫ

на 6 порций

- ананасы, консервированные в собственном соку 12 кружочков

для начинки:

- вино белое 50 г
- мед 1 ст. ложка
- фундук рубленый 75 г
- печенье бисквитное измельченное 75 г
- изюм без косточек 2 ст. ложки

для соуса:

- сок от консервированных ананасов 200 г
- вино белое 50 г
- мед 1 ст. ложка

■ Для начинки смешайте вино с медом, печеньем, орехами и изюмом.

■ Кружочки ананасов обсушите, уложите на жаропрочное блюдо, выложите на каждый начинку и запекайте при 180 °C около 15 минут до золотистого цвета.

■ Для соуса сок с вином и медом доведите до кипения и варите на слабом огне до загустения.

■ При подаче выложите кружочки ананасов на десертное блюдо и полейте соусом. Соус можно подать отдельно.





• Время приготовления 30 минут •

ГРУШИ С РИСОМ

на 2 порции

- груши 2 шт.
- гвоздика 5–6 бутонов
- кислота лимонная ¼ ч. ложки
- цедра ½ лимона
- рис 90 г
- молоко 270 г
- масло сливочное или маргарин 30 г
- сахар 60 г
- ванилин на кончике ножа
- соль по вкусу
- изюм 60 г
- яйцо 1 шт.
- абрикосы консервированные 300 г



■ Рис переберите, промойте в теплой воде, залейте кипятком и варите 5 минут, затем откиньте на сито.

■ Молоко доведите до кипения, добавьте соль, сахар, всыпьте рис и варите до готовности при слабом кипении. В готовую кашу положите масло, изюм, яичный белок, добавьте несколько капель разведенного в горячей воде ванилина, перемешайте.

■ Груши промойте, разрежьте пополам, удалите сердцевину, очистите. Подготовленные груши залейте горячей водой с добавлением лимонной кислоты, цедры, гвоздики и варите до мягкости.

■ Для соуса абрикосы протрите через сито и уварите с добавлением сиропа до загустения.

■ Перед подачей вареный рис уложите горкой на смазанный маслом противень, смажьте яичным желтком и запекайте до образования золотистой корочки.

■ Запеченный рис переложите на тарелку, вокруг него уложите груши. Полейте абрикосовым соусом.

• Время приготовления 45 минут •

УДК 641.85 (083)
ББК 36.992
Д37

Д37 **Десерты** из фруктов и ягод. – 3-е издание. –Челябинск: Аркаим, 2005. – 32 с.: ил. – (серия «Семь поварят»).

ISBN 5-8029-1029-1

В книге собраны лучшие рецепты классических десертов из фруктов и ягод. Эти блюда украсят любой праздничный стол.

УДК 641.85 (083)
ББК 36.992

3-е издание

Издание для досуга

Десерты из фруктов и ягод



Ответственный редактор Светлана Лощенкова
Дизайн серии – Владислав Кугаевский
Художник Евгения Суздальцева
Художественный редактор Ольга Воробьева
Научный консультант Ирина Ройтенберг
Технический редактор Тамара Анохина
Корректор Евгения Примакова
Компьютерная верстка – Ольга Воробьева
Фотограф Александр Титаев
Дизайн обложки – Наталья Тихоплав
Фотограф Константин Шевчик
Стилист Елена Брюхина

Блюда приготовлены и апробированы в кулинарной студии издательства «Аркаим»

Подписано в печать 22.11.04. Гарнитура FreeSet. Печать офсетная
ООО «Издательство «Аркаим», ООО «Издательство «Урал Л.Т.Д.», 454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращайтесь:

Челябинск, ООО «Издательство «Аркаим» («Урал Л.Т.Д.»)
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
тел. (3512) 65-87-01 (отдел реализации)
тел/факс: 65-87-00, 65-86-97
e-mail: sales@arkaim.biz, www.millionmenu.ru

Москва, представительство ООО «Издательство «Аркаим» («Урал Л.Т.Д.»)
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4
тел.: (095) 964-14-57, 964-14-80
e-mail: moscow@arkaim.biz

ISBN 5-8029-1029-1